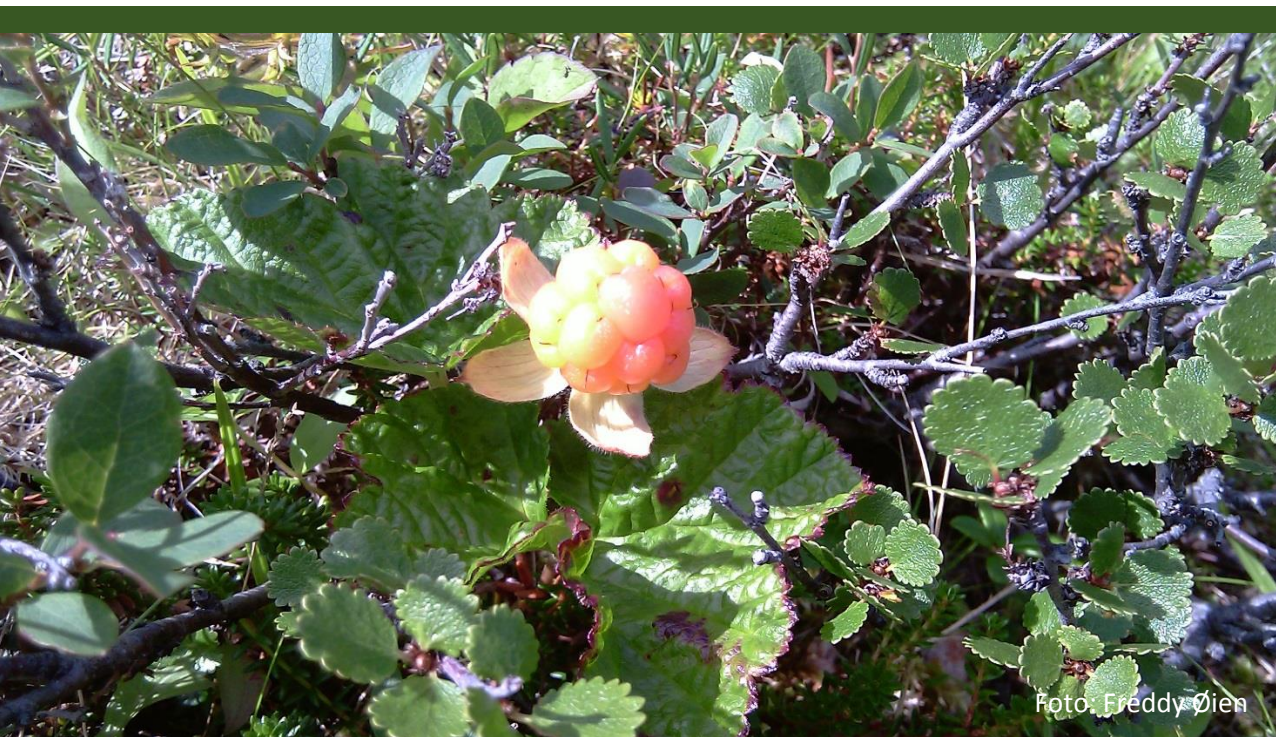




# Velkommen til fagdager

## Hvordan bli en bedre helsepedagog?



### Forelesere:

- 4. september:** Sidsel Tveiten, Sykepleier og professor innen helsefremmende arbeid
- 5. september:** Rådgivere i Lærings- og mestringssentrene i Helse Nord

- Målgruppe:** Helsepersonell og brukere av helsetjenesten
- Tid:** 4.-5. september 2018
- Sted:** Scandic Hotell Kirkenes
- Arrangør:** Fagnettverket for Lærings- og mestringssentrene i Helse Nord

læring • mestring

## Velkommen til fagdager i Kirkenes

Hvert år arrangerer Lærings- og mestringssentrene i Helse Nord fagdager for helsepersonell, brukerrepresentanter og øvrige brukere av helsetjenesten. Målet med fagdagene denne gangen er å tilby et faglig løft til våre samarbeidspartnere i fagfeltet helsepedagogikk. De ulike Lærings- og mestringssentrene bytter på å arrangere fagdagene slik at vi når ut til alle våre samarbeidspartnere i Nord Norge. I år er det med stolthet og glede vi har invitert til et spennende program i vakre Sør- Varanger. Vi kan tilby en hel fagdag med professor i helsefremmende arbeid Sissel Tveiten, samt en hel dag med spennende workshops der man får prøvd ut ulike praktiske verktøy sammen med rådgiverne i LMS- nettverket i Helse Nord.

**Sissel Tveiten** er sykepleier og professor i helsefremmende arbeid.

Hun er ansatt ved OsloMet- storbyuniversitetet.

Sissel Tveiten har skrevet flere bøker om veiledning og helsepedagogikk. Hennes fag- og forskningsområde er empowerment, helsepedagogikk, kommunikasjon og veiledning av fagfolk og brukere med særlig vekt på brukermedvirkning.



### Empatisk kommunikasjon. En innføring med øvelser.

Kristin Lernes, Rådgiver UNN Tromsø

Monica Balswick, Rådgiver UNN Harstad



### Kan ikke bare pasienten gjøre som vi sier? Hvorfor er det så vanskelig å gjøre endringer?

Anne Jorid Strømholdt, Rådgiver UNN Tromsø

Tone Bentzen, Rådgiver Nordlandssykehuset



### Gruppen som redskap for læring.

Astri Gullesen, Rådgiver Helgelandssykehuset

Wenche Gressnes, Rådgiver UNN Narvik/Harstad



### Lær og erfar hvordan du ved bruk av mestringsverktøy kan fremme god og aktiv mestring hos andre.

Tove Lill Falstad, Rådgiver Helgelandssykehuset

Elin Pladsen, Rådgiver NLSH Lofoten

Eli Nordskar, Tidligere rådgiver UNN Tromsø





## Program

Fagdagene er delt i to. Første dag gir et teoretisk grunnlag. Andre dag får deltakeren en praktisk innføring i et selvvalgt tema, og man får muligheten til å øve på dette.

### 4. september

- 09.30 - 10.00 Registrering
- 10.00 - 10.45 Velkommen v/ rådgiver Elin Sagbakken, Kirkenes sykehus  
Siw Skaar, rådgiver Helse Nord RHF  
Kulturelt innslag
- 10.45 - 11.00 Pause
- 11.00 - 12.00 Empowerment som grunnlagstenkning  
Helsepedagogikk, hva, hvorfor, hvordan?  
Helsepedagogiske aspekter v/ Sidsel Tveiten
- 12.00 - 13.00 Lunsj
- 13.00 - 16.00 Sidsel Tveiten fortsetter
- 16.15 - 16.30 Oppsummering av dagen v/ rådgiver Elin Sagbakken

### 5. september

- 09.00 - 11.30 Selvvalgte parallelle sesjoner
- 11.30 - 12.30 Lunsj
- 12.30 - 15.00 Selvvalgte parallelle sesjoner
- 15.00 - 15.30 Oppsummering m/gruppeledere

### Parallellsesjoner

1. Empatisk kommunikasjon. En innføring med øvelser.	2. Kan ikke bare pasienten gjøre som vi sier? Hvorfor er det så vanskelig å gjøre endringer?
3. Gruppen som redskap for læring.	4. Lær og erfar hvordan du ved bruk av mestringstøytøy kan fremme god og aktiv mestring hos andre.

Det vil bli lagt inn kaffepauser med snack begge dagene.

## Pasient og pårørendeopplæring

I tillegg til å få diagnose og behandling har pasienter og deres pårørende rett til å få opplæring der målet er læring og mestring. Helsetjenesten skal bidra til økt kunnskap og mestring hos pasientene, enten det skjer i sykehusene eller i regi av de kommunale helsetjenestene. Samhandling mellom nivåene i helsetjenesten er nødvendig for å skape gode sammenhengende tilbud med vekt på den enkeltes mestring. Likeledes er det avgjørende at vi samarbeider med bruker- og interesseorganisasjonene for å sikre kvalitet av tjenestene. Kunnskap og motivasjon gir mestring.

Lærings- og mestringssentrene (LMS) i Helseforetakene er opprettet for å være en møteplass der tverrfaglig personell og erfarne brukerrepresentanter møtes for å planlegge, gjennomføre og evaluere gruppebaserte lærings- og mestringstilbud. LMS er et ressurscenter for helsepedagogisk kompetanseutvikling. Helsepedagogisk kompetanse styrker fagutøvelsen og tjenesten både i gruppeopplæring og i det individuelle møtet med pasienter og pårørende.

## Lovgrunnlaget for læring og mestring i helse- og omsorgstjenesten

Helseforetak og kommuner skal sikre tilbud som bidrar til læring og mestring.

Retten til medvirkning ved utforming av lærings- og mestringstilbud er regulert i [pasient- og brukerrettighetsloven kapittel 3](#).

Opplæring av pasienter og pårørende er en lovpålagt oppgave for helseforetakene jfr. [spesialisthelsetjenesteloven § 3-8, pkt. 4](#), og [forskrift om habilitering og rehabilitering, individuell plan og koordinator § 13, pkt. c](#). Lærings- og mestringstilbud, herunder tilbud i [frisklivssentraler](#), er sentralt innhold i sosial, psykososial og medisinsk habilitering og rehabilitering.

[Strategisk plan for pasient- og pårørendeopplæring i Helse Nord \(2015 – 2018\)](#)

Punkt 1 i formålet til [helse- og omsorgstjenesteloven § 1-1](#) er å «forebygge, behandle og tilrettelegge for mestring av sykdom, skade, lidelse og nedsatt funksjonsevne». Kommunens ansvar for helsefremmende og forebyggende arbeid, herunder opplysning, råd og veiledning, er regulert i lovens [§ 3-3](#). Opplæring er spesifikt nevnt i [§ 3-2, pkt. 6 b](#).

Samarbeid knyttet til læring og mestring i helhetlige forløp skal beskrives i de lovpålagte samarbeidsavtalene, jfr. [§ 6-2, pkt. 2](#)

[www.mestringforalle.no](http://www.mestringforalle.no)

[www.mestring.no](http://www.mestring.no), Pasient- og pårørendeopplæring i Helse Nord

## Kontaktinformasjon

Helseforetak	Lærings- og mestringssentre	Kontaktpersoner
Helgelandssykehuset HF	Mo i Rana og Mosjøen Sandnessjøen	Tove Lill Falstad, tlf. 75125718 <a href="mailto:Tove.lill.falstad@helgelandssykehuset.no">Tove.lill.falstad@helgelandssykehuset.no</a> Rita Bjørnvig tlf. 75065233 <a href="mailto:Rita.bjornvig@helgelandssykehuset.no">Rita.bjornvig@helgelandssykehuset.no</a>
Nordlandssykehuset HF	Bodø Lofoten Vesterålen	Jorunn Brendeford, tlf. 75570666 <a href="mailto:Jorunn.brendeford@nlsh.no">Jorunn.brendeford@nlsh.no</a> Elin Pladsen, tlf. 755 72151 <a href="mailto:Elin.pladsen@nlsh.no">Elin.pladsen@nlsh.no</a> Ragna Renne. Tlf. 75425030 <a href="mailto:Ragna.renna@nordlandssykehuset.no">Ragna.renna@nordlandssykehuset.no</a>
Universitetssykehuset i Nord Norge HF	Tromsø Harstad og Narvik	Kristin Lernes, tlf. 77754171 <a href="mailto:Kristin.lernes@unn.no">Kristin.lernes@unn.no</a> Monica Haukebøe Balwick, tlf. 77015785 <a href="mailto:Monica.haukeboe.balwick@unn.no">Monica.haukeboe.balwick@unn.no</a>
Finnmarkssykehuset HF	Kirkenes Hammerfest Karasjok (Samisk språk kulturforståelse)	Elin Sagbakken, tlf. 78973034 <a href="mailto:Elin.sagbakken@finnmarkssykehuset.no">Elin.sagbakken@finnmarkssykehuset.no</a> Linn Anette Rirud, tlf. 78421939 <a href="mailto:Linn.anette.rirud@finnmarkssykehuset.no">Linn.anette.rirud@finnmarkssykehuset.no</a> Ellen Inga Hætta, tlf. 78468789 <a href="mailto:Ellen.inga.haetta@finnmarkssykehuset.no">Ellen.inga.haetta@finnmarkssykehuset.no</a>
Helse Nord		Regional rådgiver Elsa Hamre, tlf. 99557394 <a href="mailto:elsa.hamre@nlsh.no">elsa.hamre@nlsh.no</a>
Helse Nord RHF		Rådgiver i Fagavdelingen Siw Skår, tlf. 95129401 <a href="mailto:Siw.skaar@helse-nord.no">Siw.skaar@helse-nord.no</a>